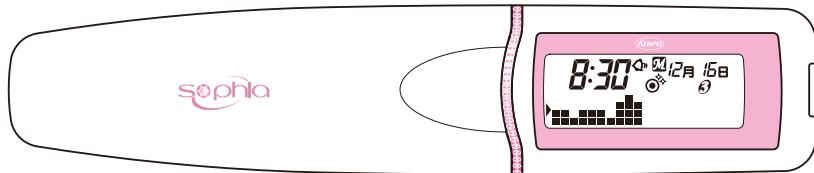
取扱説明書／品質保証書

婦人用電子体温計BT-17

このたびはソフィアヴィヴィコーワ婦人用電子体温計をお買い上げいただきありがとうございます。
ご使用になる前に、必ずこの取扱説明書をよくお読みいただき、安全に正しくお使い下さい。
本書はいつでも見ることのできるところに保管して下さい。
なお、この取扱説明書は品質保証書と兼用となっております。
紛失しないように大切に保管して下さい。
末永くご愛用くださいますようお願い申し上げます。

もくじ

商品の使用方法に関するお問い合わせ、ご相談はこちらまでお願いします。

お客様相談センター

0120-016-987 受付時間：月～金（祝日を除く）9：00～17：00

ホームページ **http://hc.kowa.co.jp/sophia/**

Kowa
発売元
興和株式會社
東京都中央区日本橋本町三丁目4-14

製造販売元
株式会社ニシトモ
三重県度会郡玉城町昼田449-3

安全上のご注意　ご使用前に必ずお読み下さい

ご使用の前に、この「安全上のご注意」をよくお読みのうえ、正しくお使い下さい。ここに示した内容はあなたや他の人々への危害や財産への損害を未然に防止するために、いろいろな絵表示をしています。その表示と意味は次のようになっています。

警告　この表示を無視して誤った取扱いをすると、人が死亡または重傷を負う可能性が想定される内容を示しています。

注意　この表示を無視して誤った取扱いをすると、人が傷害を負ったり物的損害の発生が想定される内容を示しています。
※物的損害とは、家屋、家財および家畜、ペットにかかわる損害を示します。

この表示は禁止（してはいけないこと）を示しています。

この表示は強制（必ず守ること）を示しています。

⚠警告

お子様の手の届かない場所に保管して下さい。
小さなお子様が電池カバー等をいじったりなめたりして電池や電池カバー等を飲み込まないようにして下さい。電池や電池カバー等を飲み込んだ場合、息がつまったり体調悪化の恐れがあります。万一飲み込んだ場合は、ただちに医師に相談して下さい。

プローブ（測温部）の先端で目をつかないように注意して下さい。
失明の恐れがあります。

⚠注意

分解したり、強くたたいたり、落としたりしないで下さい。故障の原因になります。

火気の近くには絶対に置かないで下さい。変形や火災の恐れがあります。

水につけたり、水をかけたりしないで下さい。故障の原因になります。

湿気、直射日光、温度の急激な変化、ホコリ等のある場所での使用、保管はさけて下さい。

プローブの熱湯消毒や揮発性の液（シンナー等）でのお手入れはしないで下さい。故障の原因になります。

ペットが噛んだり、飲み込んだりする危険性がありますので、保管には充分ご注意下さい。

本器は基礎体温を測定する体温計です。体温の測定以外の用途には使用しないで下さい。ただし、34℃～42℃の範囲で通常の体温を測定することは可能です。

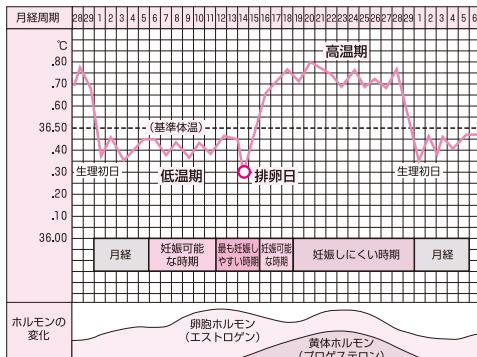
正確なデータを得るために基礎体温の測定は毎日規則的に行うようにして下さい。継続的なデータを得られなければハートマーク等の推定マーク等が正しく表示されない恐れがあります。

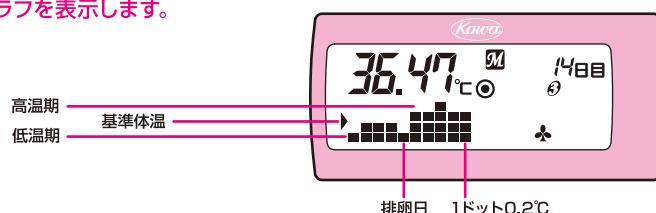
本器は妊娠や体調の診断を補助的に行うものです。あくまで参考値としてご使用下さい。確定的な診断は必ず医師にご相談下さい。

⚠電池取扱の注意事項

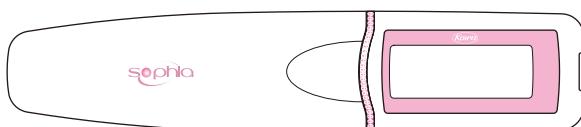
本体や電池を火中に投入しないで下さい。電池が破裂して怪我や火傷の恐れがあります。

電池が消耗して電池消耗マークが表示された時は3日以内に電池の交換をして下さい。

- 電池はCR2032をご使用下さい。それ以外の物は故障の原因になりますので、絶対に使用しないで下さい。
- 電池（CR2032）は幼児の手の届かない所に置いて下さい。
  万一、飲み込んだ場合は窒息などの危険がありますので直ちに医師に相談して下さい。
- 充電、ショート、分解、加熱、火中に投入などしないで下さい。
- 電池消耗時、あるいはその他の原因で記録内容が消えてしまった場合、当社では責任を負いかねます。
  記録内容をP.8のデータチェック機能を使い、メモされることをおすすめします。
- 電池を廃棄するときは、端子をテープ等で巻き付けて絶縁して下さい。
  他の金属や電池と混じると発熱・破裂・発火の原因になります。
- 使用済みの電池は、お住まいの市区町村の指導に従って処分して下さい。

基礎体温について〔女性の基礎体温には低温期と高温期の一定のリズムがあります〕

基礎体温とは基礎代謝時（覚醒時）の体温のことです。女性の基礎体温は低温と高温の二相性を描きます。女性には、左右に1つずつ卵巣があり、その卵巣から一定周期で左右交代で排卵しています。この周期は人によって違いますがだいたい28日～30日位で繰り返しています。基礎体温の測定により卵巣機能が正常か異常かが分かります。また、排卵がいつ起こったか知ることもできます。女性の基礎体温は生理周期の前半は低温が続き、排卵を境に高温になるというように低温期と高温期の二相性に分かれます。（右のイラスト参照）

高温になるのは、排卵の後の黄体ホルモンの作用により起こるものです。黄体ホルモンとは簡単に説明すると、子宮の内膜を増殖させ赤ちゃんのベッドをフカフカにする働きをします。妊娠すればこの黄体ホルモンは約3ヶ月間分泌され続けます。しかし、妊娠が起こらなければ約2週間後に必要とされなかった内膜は月経血となって体外に排出され生理になります。

この女性特有の基礎体温の変化を知ることによって計画的な妊娠や不妊症の治療、健康管理に役立ちます。

●基礎体温グラフ

ソフィアヴィヴィョーヮは基礎体温値を記録し、このように自動的に基礎体温グラフを作成します。
本製品は4段階の10日間のグラフを表示します。

製品の構成

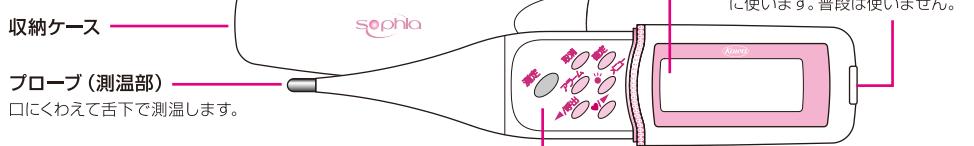
本体／収納ケース

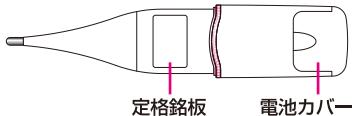
取扱説明書／品質保証書（本書）

添付文書

お試し用電池

リチウム電池CR2032　1個
（本体に装着済み）
ご使用前に電池保護フィルムを取り除いてからご使用下さい。

1日1回のご使用で電池寿命は通常約6ヶ月ですが、付属電池はお試し用のため、上記寿命より短い場合があります。
また「バックライト」点灯や他の操作の頻度によって電池寿命は変わります。

※電池のセット後は液晶画面表示は常時表示されている状態になります。
操作していない時は時計表示になります。

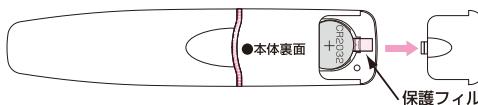
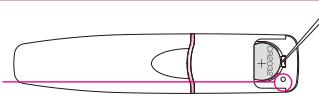
お使いいただく前に製品の内容をご確認下さい。
万一、不足のものがございましたら、お客様相談センターまでご連絡下さい。

各部の名称

●表

収納ケース

プローブ（測温部）
口にくわえて舌下で測温します。

表示窓

通信コネクタ
別売りの専用接続ケーブル使用時に使います。普段は使いません。

●測定ボタン
基礎体温を測る時に押します。アラームに連動して光ります。
●取消ボタン
操作を取り消す時に押します。
●確定・メニューボタン
操作メニューを呼び出す時と操作を確定するときに押します。
●アラームボタン
アラーム設定時に押します。
● ライトボタン
ボタンを押した時に表示窓のバックライトが30秒間点灯します。
● ◀ 左シフト・呼出ボタン
体温グラフを呼び出す時と数字などの選択を戻す時に押します。
● ♥ ハートボタン・▶ 右シフト
妊娠可能期間の経過日数、出産予定日の表示と数字などの選択を進める時に押します。

●裏

電池のセット

本体を裏返し、電池カバーを押しながら→方向へ取り外します。
電池ホルダーの保護フィルムを引き抜きます。
“ピッ”と電子音が鳴り、表示窓に表示が出ます。

電池の横にある穴は製造検査の為の穴です。金属などを穴に入れないで下さい。製品性能を損なう恐れがあります。

電池の交換について

電池の交換を行うときは図のように先の細いものを使って取り外して下さい。
電池の挿入は+が上になるように行って下さい。

※電池交換後は日付及び時刻など必ず合わせ直して下さい。

電池の寿命について

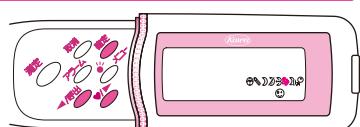
電池寿命は約6ヶ月です。電池が消耗すると時計表示時に（電池消耗）マークでお知らせします。

電池消耗マークが点灯したら3日以内に電池を交換して下さい。表示日を含め、4日間は今まで通り使用できます。5～8日目は時計表示のみ動作します。9日目以降はすべての表示が消灯します。

※電池交換をするだけでは記録しているデータが消えることはありません。
電池交換時、カレンダー機能が停止するため電池交換後は時刻及び日付など、必ず合わせ直して下さい。
付属の電池はお試し用ですので6ヶ月以内に電池寿命が切れることがあります。

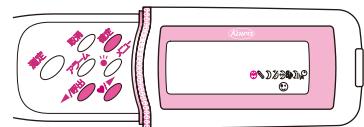
電池交換時の取扱についてはP.1の電池取扱の注意事項をよくお読み下さい。

アラームと操作音の音量調節について

1. 時計表示状態で「メニューボタン」を押します。
表示窓に“操作メニュー”が表示されます。

2. （音量設定）のマークを「シフトボタン」で選んで「確定ボタン」を押します。（マークは選ぶと点滅）
音量設定画面になります。

3. 「シフトボタン」で音量を合わせて「確定ボタン」を押します。
H（大）、L（小）、O（消音）の3段階でアラーム音が選べます。
操作音はHかLを選んだ場合は小で、Oを選んだ場合は消音の2段階の調節となります。

操作メニュー説明

H（大）

L（小）

O（消音）

※工場出荷時はL（小）に設定してあります。

日付・時刻合わせについて　（例）2013年9月1日午前10時の設定

1. 時計表示状態で「メニューボタン」を押します。
表示窓に“操作メニュー”が表示されます。

2. （時計）のマークを「シフトボタン」で選んで「確定ボタン」を押します。（マークは選ぶと点滅）

日付・時刻合わせ画面になり、年表示が点滅します。

3.「シフトボタン」で年を合わせて「確定ボタン」を押します。
年が確定し、月表示が点滅します。
※最初は2009を表示しています。2009年より前年への変更はできません。
年合わせを間違えると閏年に正確に表示されなくなります。

4.「シフトボタン」で月を合わせて「確定ボタン」を押します。
月が確定し、日表示が点滅します。
※最初は1を表示しています。12の次は1に戻ります。

5.「シフトボタン」で日を合わせて「確定ボタン」を押します。
日が確定し、時表示が点滅します。
※最初は1を表示しています。各月のカレンダー通りに31・30・28・29（閏年）の次は1に戻ります。

6.「シフトボタン」で時を合わせて「確定ボタン」を押します。
時が確定し、分表示が点滅します。
※時計は24時間表示です。

7.「シフトボタン」で分を合わせて「確定ボタン」を押します。
分が確定し時計表示画面（通常画面）に戻ります。
日付・時刻合わせは完了です。
※59の次は00に戻ります。

アラーム（測温時刻）のセットについて　（例）アラーム午前7時のセット

（ご注意：アラームを合わせなければ体温は記録されません。）

1. 時計表示状態で「アラームボタン」を押します。
表示窓がアラームセット画面になります。
※ご購入時、最初は「OFF」が設定されています。

2.「シフトボタン」でアラーム時を合わせて「確定ボタン」を押します。
アラーム時が確定し、アラーム分表示が点滅します。
※時計は24時間表示です。

3.「シフトボタン」でアラーム分を合わせて「確定ボタン」を押します。
アラーム分が確定し時計表示画面（通常画面）に戻ります。
アラームが設定されている時は表示窓に（ベル）のマークが表示されます。
※59の次は00に戻ります。

**時計合わせとアラームのセットを行うことによって測定した体温を記録します。
時計、アラーム時刻を変更しても記録されたデータは消えません。**

アラームの解除について

「OFF」を点滅させ、「確定ボタン」を押します。

注意！ アラームを解除すると測温値を記録しません。
本器はアラーム時刻の前後1時間以内の測温値のみ記録します。

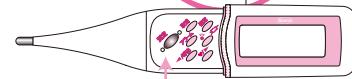
23の次はOFF（アラーム解除）になり、次に0の表示に戻ります。

※操作の完了または操作の途中で1分間無操作の場合は時計表示に戻ります。

毎日の基礎体温の測定（アラーム設定時刻の前後1時間以内に測った測温値のみ記録します）

アラーム設定時刻に目覚まし音と測定ボタンがグリーンに光ってお知らせします。

必ず舌下で測温

1. 本体のプローブの先端を舌下中央の筋の溝にあて、軽く口を閉じ「測定ボタン」を押します。**（必ず寝たままで測温。）**
アラームブザーが止まり測温の開始状態になります。
アラーム測温開始時、バックライトが5秒間点灯します。
（測温中は口を開けたり話をしないで下さい。）

2. 表示窓に測温状態を表示します。

測温開始の表示　Lo.℃ → 36.41℃ 1
測温時間1分毎に1から表示
6秒に1列ずつ時間の経過をグラフでも表示

アラームに連動して光る測定ボタンは薄暗い部屋でも位置がすぐにわかります。また、測定ボタン付近にガイドがついて誤操作を防止します。

3. 完了ブザーで測温が終了します。
体温が安定したら2～3分（目安）で**1回目の完了ブザーが「ピー」**と鳴り、表示窓に**「1回目の完了マーク」**が表示されます。
（※これで測温は完了ですが、下記の通り測温開始から5分後に2回目の完了ブザーが鳴ります。）
より正確な測温値を得たい場合、更に測温を続ければ測温開始より5分後に**2回目の完了ブザーが「ピッピッ」**と鳴って、「2回目の完了マーク」が表示され終了します。

1回目の完了マーク　バックライトが15秒間点灯
2回目の完了マーク　バックライトが15秒間点灯

体温は自動的に記録されます。
（1回目の完了ブザーで測温をやめたら1回目が、2回目の完了ブザーまで測温を続けたら2回目の測温値が記録されます。）

時計表示に戻り、その日の体温が記録されたことを表すM**（記録済み）マーク**が表示されます。
※なお、測温はできるだけ1回目または2回目のいずれかで毎日統一して下さい。

記録済みマーク
測温完了後にグラフが点滅

測温後は布やティッシュペーパーなどでプローブの水気を拭き取り、収納して下さい。

正確な測温値を得るために守って頂きたいこと

- アラームが鳴ったらそのまま寝床で測温して下さい。（トイレに行ったり起き上がったりしないで下さい。）
- 測温は必ず舌下で行って下さい。
- 測温中は口を開けたり話をしないで下さい。
- アラーム時刻は必ず合わせて下さい。（設定しないと体温を記録しません。）
- アラーム時刻に必ず測温して下さい。（アラーム時刻の前後1時間以内のみ記録します。）

《アラームブザーについて》

アラームブザーは測温しなければ、10分間鳴り続けます。
アラームブザーが鳴った時、測温しないで止めたい場合は取消ボタンを押せばアラームブザーは止まります。
※アラーム時刻前の1時間以内に測温した場合、アラームブザーは鳴りません。
また、M（記録済み）マークが表示されている日は、アラーム時刻を変更してもブザーは鳴りません。

《測温中に「ピーピーピーピー…」とエラーブザーが鳴ったら》

測温中にからだを動かしたり、プローブを口から取り出したりすると、体温が安定しないため「ピーピーピーピー…」と10分間断続的にエラーブザーが鳴ります。再び測定ボタンを押せば再測温できます。
※再測温は4回まで行えますが、5回目のエラーの後は時計表示に戻ります。
また、エラーブザーが10分間鳴り続けた後も時計表示に戻ります。
時計表示に戻ってから測定ボタンを押せば再測温できます。

エラー表示

《測温をやり直したい（測温値を取り消したい）場合（当日のみできます）》

(1)「取消ボタン」を押しながら「測定ボタン」を2秒間押します。
当日の測温値とdELの表示が交互に1分間点滅します。

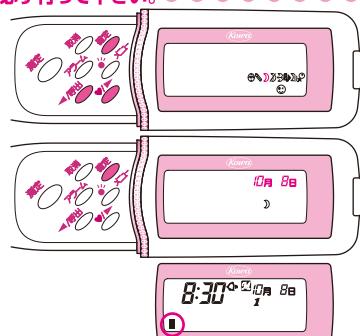
(2) その間に「確定ボタン」を押せば当日の測温値が取り消せます。

(3) 再度、「測定ボタン」を押せば再測温できます。
（アラーム時刻の前後1時間以内のみ記録します。）

当日の測温値とdELが交互点滅中に「取消ボタン」を押すか、「確定ボタン」を押さず1分間点滅の状態が続いたときは、操作がキャンセルされます。その場合は測温値は取り消されません。

生理初日の記録について ご使用後の次回生理日より毎回忘れずに必ず行って下さい。

1. 時計表示状態で「メニューボタン」を押します。
表示窓に“操作メニュー”が表示されます。

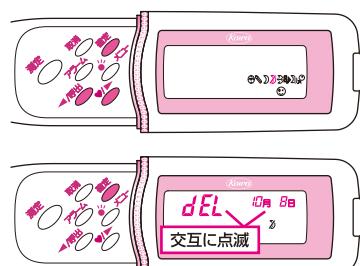
2. ☽（生理初日入力）のマークを「シフトボタン」で選んで「確定ボタン」を押します。（マークは選ぶと点滅）
当日の日付が1分間点滅します。

3. 日付点滅中に「確定ボタン」を押します。
生理初日の記録が完了します。
※ご使用開始当日には記録できません。この日から生理が始まった場合はこのまま使用していただき、次回生理初日より記録をして下さい。

正しく生理初日の記録が行われますと
体温グラフの表示が1日目になります。

生理初日の記録は毎回、生理が始まった初日に必ず行って下さい。その日であれば時刻に関係無くいつ記録してもかまいません。また、前回の生理初日から10日の間は、次の生理初日は記録できません。

生理初日の取消について 誤って記録してしまった場合、当日のみ取り消せます。

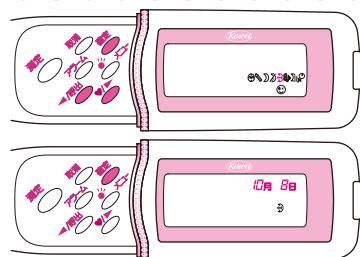
1. 時計表示状態で「メニューボタン」を押します。
表示窓に“操作メニュー”が表示されます。

2. （生理初日取消）のマークを「シフトボタン」で選んで「確定ボタン」を押します。（マークは選ぶと点滅）
当日の日付（記録した生理初日）とdELの表示が交互に1分間点滅します。

3. 交互点滅中に「確定ボタン」を押します。
生理初日の取消が完了します。

その日のうちに取り消せなかった場合は
生理初日の取り消しの操作は日付がすでに変わっていたらできません。その日のうちに取り消せなかった場合は次の項目で生理初日を現在の日付に変えます。そして、上記の操作で取り消すことができます。

生理初日の日付訂正について

1. 時計表示状態で「メニューボタン」を押します。
表示窓に“操作メニュー”が表示されます。

2. （生理初日訂正）のマークを「シフトボタン」で選んで「確定ボタン」を押します。（マークは選ぶと点滅）
日付が1分間点滅します。

3. 日付点滅中に「シフトボタン」で訂正したい日付まで送り、「確定ボタン」を押します。
生理初日の日付訂正が完了します。
※生理初日の変更によって現在の日付は変化しません。
また、生理初日を前の生理初日から10日以内に変更することと、未来の日付へ変更することはできません。

生理初日訂正後は、データの再計算を行います。この場合、データの再計算により基準体温、妊娠可能期間表示が変わることがあります。

生理初日の記録を忘れていた場合 後日記録することができます。

1. まず、仮の「生理初日の記録」をします。

2. 次に「生理初日の日付訂正」で忘れていた日に戻します。

生理初日の記録を忘れていたと思われる場合のお知らせ

高温期が10日以上経過した後、体温が2日間以上基準体温以下になった場合は生理初日の記録忘れと体温計が判断し、以下のような表示でお知らせします。
● *1* のマークが点滅し、◉（バースコントロール）マークが点灯。

生理初日の自動記録について

以下のような場合は、生理初日の記録を自動的に行います。
● *1* のマークが点滅していて、（出血）マークが3日間連続で記録された場合。（マークが最初に記録された日を自動的に記録）
●生理初日の記録をしないまま100日間経過した場合。（1周期のファイル量が最長99日のため、100日目で自動的に記録）

※各操作の途中で「取消ボタン」を押すと前操作の画面、または時計表示に戻ります。また、無操作の状態が1分間続いたときは操作が無効になり時計表示に戻ります。

メモの記録について カラダの出来事を記録します。

6種類8項目のメモが入力できます
出血　おりもの(3段階)　発熱
生理痛　性交　薬使用

メモの説明

出　血 生理のときの出血とそれ以外に出血があった場合入力して下さい。
生理初日の入力ではありません。(生理の時は生理初日の記録を参照)

生理痛 生理中の下腹部痛です。

おりもの **状態によって入力(1・2・3の3段階)を変えます。**
おりものの引っ張りテストで確認します。まず、足を広く開いて力を下腹部に入れて子宮を外に押し出すようにし、人さし指と中指を根元まで膣の中に入れます。するとつきあたりにコリコリしたものに触れます。ここが子宮膣部で頸管のある場所です。排卵しているとここに粘液が溢れていますから、それを指先でつまんで外に取り出し指で引っ張ります。おりものは排卵日が近づくほど多くなります。

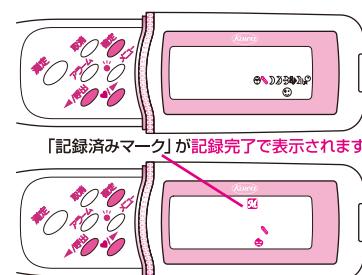
ほとんど伸びない　01　3〜5cm伸びる　02　10〜15cm伸びる　03

性　交 性交のあった日に入力して下さい。

発　熱 微熱を感じた時に入力して下さい。
体温値が37.50℃以上ある時は自動的に入力されます。また、発熱のメモは時計表示時にも点灯されます。

薬使用 風邪薬等を使用した時に入力して下さい。

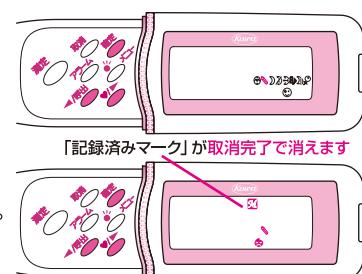
《メモの記録方法(この操作で当日中に記録)》

(1)時計表示状態で「メニューボタン」を押します。
表示窓に"操作メニュー"が表示されます。

(2)(メモ)マークを「シフトボタン」で選んで「確定ボタン」を押します。(マークは選ぶと点滅)
メモの出血のマークが点滅表示されます。
「シフトボタン」を押せば順番にメモマークが点滅表示されます。

(3)記録したいメモマークを点滅させて「確定ボタン」を押します。
入力されたメモマークとM(記録済み)マークが表示され、メモの記録が完了します。

「記録済みマーク」が記録完了で表示されます

《メモの取消方法(間違って記録したら、この操作で当日中に取消)》

(1)時計表示状態で「メニューボタン」を押します。
表示窓に"操作メニュー"が表示されます。

(2)(メモ)マークを「シフトボタン」で選んで「確定ボタン」を押します。(マークは選ぶと点滅)
記録済みのメモはM(記録済み)マークと共に表示されます。

(3)取り消したいメモマークを点滅させて「確定ボタン」を押します。
メモ記録が取り消されたことにより、M(記録済み)マークが消え、メモの取消が完了します。

「記録済みマーク」が取消完了で消えます

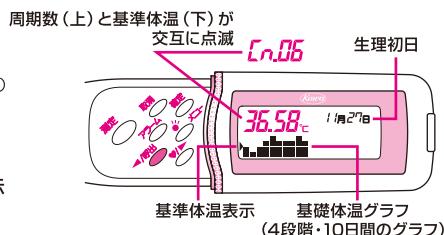
※各操作の途中で「取消ボタン」を押すか無操作の状態が1分間続いたときは操作が無効になり時計表示に戻ります。

その日の内にメモ記録または取り消しができなかった場合は、後日次ページの操作を行って下さい。

記録されたデータのチェックについて

記録された測温値やメモの記録を見ることができます。【12周期分のデータがファイルできます】

本器に記録された体温データやメモ記録をチェックできます。
データは1つの周期(生理初日から次の生理初日の前日までの間)ごとにファイルされており、12周期分(最大500日分)のデータが記録されます。ファイルが増え、12周期分をこえるかデータ数が500件をこえると一番古い1周期分のファイルを削除し、新しい周期のデータを記録します。

1周期分ずつのデータを呼び出しチェックすることにより、その日その日の体温データやメモ記録を確認できます。
1周期　12周期
1周期分(生理初日から次の生理初日までの間)の日数を周日といい一般的に約28〜30日位です。

《データの呼出とチェック方法》

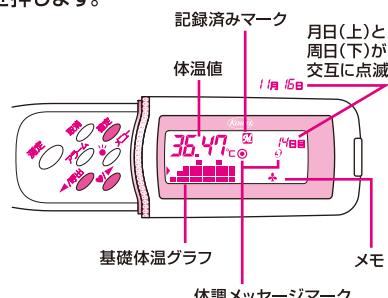
(1)時計表示状態で「呼出ボタン」を押します。

表示窓に**現在の周期数と基準体温値**が交互に表示され、その周期の**生理初日と基礎体温グラフ**が表示されます。

※3周期目以降より基準体温値（周期の平均体温値）が計算されますが、それまでは36.50℃に仮設定されています。
基準体温値が計算されますとグラフの左隅に基準体温表示が点灯します。

周期数（上）と基準体温（下）が交互に点滅
Cn.06
生理初日
36.58℃
11月27日
基準体温表示
基礎体温グラフ（4段階・10日間のグラフ）

基準体温と基準体温表示について

基準体温とは、低温期と高温期を判断するための基準となる体温のことで、使用開始より2周期目の終わりまでは36.50℃に設定されており、3周期目以降より前周期のデータより算出された基準体温を表示し、グラフ左隅に基準体温表示として低温期と高温期の境に表示します。この基準体温には個人差があります。不測温日が多いときや、低温期と高温期の体温差が無く区別ができないときは基準体温が算出されないので、必ず毎日測温するように心がけて下さい。
また、体温が34.00℃未満の場合は記録されず、37.50℃以上の場合は記録されますが基準体温算出の計算には入れません。
これは、測温ミスや発熱時などの体温を基準体温の計算に入れないためです。
基準体温が算出されない場合は体温グラフが低温期のままであったり高温期のままであったりする場合があります。

(2)「シフトボタン」でチェックしたい周期を選んで「確定ボタン」を押します。

確定した周期のデータをその周期の最終日より表示します。

- **体温グラフ表示**
  チェック日のグラフが点滅。
- **体温値**
- **月日・周日表示**
  交互に点滅表示します。
- **メモ表示**
  チェック日のメモ記録を表示。
- **記録済みマーク表示**
  体温値が記録されている日は表示。
- **体調メッセージマーク表示**

(3)「シフトボタン」で1日ずつチェックできます。

《データチェック時のメモ記録・取消（後日のメモ記録・取消）》

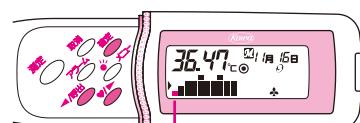
(1)データの呼び出しとチェック方法でメモを記録、もしくは取り消したい日を表示させます。

(2)該当日に「メニューボタン」を押します。
メモの記録画面になります。

変更したい日に「メニューボタン」

(3)記録、もしくは取消したいメモマークを「シフトボタン」で選び、点滅させて「確定ボタン」を押します。

【記録したとき】
この操作で新たに記録されたメモマークは M（記録済み）マークと一緒に表示されます。

【取消したとき】
取消されたメモは M（記録済み）マークが消えます。

記録で「記録済みマーク」の表示、取り消しで非表示となります。

(4)上記の操作による M（記録済み）マーク表示の有無を確認後、「取消ボタン」を押し、データチェック状態に戻します。

以上の操作でメモの記録もしくは取消が完了となります。
※後日のメモ記録・取消操作後はデータの再計算を行います。

※各操作の途中で「取消ボタン」を押すと前操作の画面、または時計表示に戻ります。
また、無操作の状態が1分間続いたときは操作が無効になり時計表示に戻ります。

妊娠しやすい時期【妊娠可能期間】のお知らせについて

◉(バースコントロール)マークの表示で妊娠しやすい時期、プラス ✧(ピカ)マークの点滅表示で最も妊娠しやすい時期をお知らせします。

本器は妊娠する可能性がある期間表示をその期間中◉(バースコントロール)マークの点灯でお知らせします。
また、最も妊娠しやすい時期になりましたら上記マークにプラスして✧(ピカ)マークの点滅表示の2段階でお知らせします。
※◉(バースコントロール)マークは高温期に入って数日間で消えますが、その後体温が基準体温以下となった時には再度表示されることがあります。

最も妊娠しやすい時期

「ハートボタン」を押している間、妊娠しやすい時期に入って何日目かが表示されます。(◉マークが出ている期間中)

妊娠可能期間表示はオギノ式と基礎体温法と頸管粘液法(おりものの状態)を併用し、妊娠しやすい期間を推定したものです。
あくまでも参考値としてのご使用をおすすめします。結果についての責任は負いかねます。

◉(バースコントロール)マークの表示について

ご使用されて間もない頃はデータが少なく、正確な排卵日を検知できないため下記のように表示されます。

- 使用してから1周期目(まだ生理の入力を1度も行っていない時)は毎日表示します。
- 使用してから2周期目(生理の入力を1度した時)は生理の初日の6日目より毎日表示します。
- 使用してから3周期目以降はデータより算出した日に表示します。

※◉(バースコントロール)マークは生理期間中でも表示される場合があります。
※生理周期の安定しない方や無排卵の方、不測温日が多い場合は◉(バースコントロール)マークを常時出し続ける場合があります。

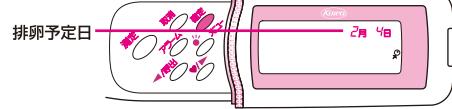
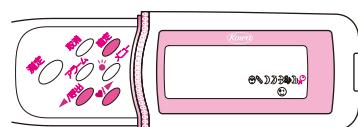
次の場合は、排卵日が確定できないため、正しく表示されません。

- 毎月の生理初日の入力を忘れている場合。
- 体温の変動(低温期から高温期に移り変わる時)が少ない場合。
- 不測温日が多い場合。

✧(ピカ)マークの表示について

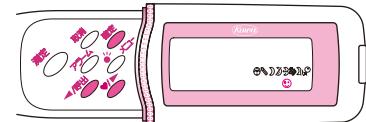
- この表示はご使用3周期目以降より表示されます。また、排卵日が確定できない場合は表示されません。
- 生理周期が安定していない時は、実際の排卵日と✧(ピカ)マークの表示がずれる場合があります。
- ✧(ピカ)マーク点滅中の期間に生理初日の登録があった場合はその日1日は✧(ピカ)マークは点滅しています。

排卵予定日の表示について

1. 時計表示状態で「メニューボタン」を押します。
表示窓に"操作メニュー"が表示されます。

2. (排卵予定日)マークを「シフトボタン」で選んで「確定ボタン」を押します。(マークは選ぶと点滅)
排卵予定日の日付が1分間点灯します。

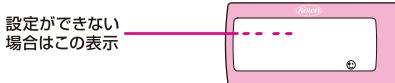
※現在の周期の排卵予定日が過ぎている場合は日付部に「- --」の表示が出ます。
次の周期になりましたら、その周期の排卵予定日を表示します。
●この表示は使用してから3周期目以降より表示します。

3周期目以降でも生理周期の安定しない方や無排卵の方、不測温日が多い場合は計算が出来ないために「- --」と表示されます。

※各操作の途中で「取消ボタン」を押すか無操作の状態が1分間続いたときは操作が無効になり時計表示に戻ります。

希望出産日の設定について

希望出産日を設定することにより、**推奨妊娠日（排卵予測日）**と**予想出産日**を表示します。

1. 時計表示状態で「メニューボタン」を押します。
表示窓に “操作メニュー” が表示されます。

2. ☺（希望出産日）マークを「シフトボタン」で選んで「確定ボタン」を押します。（マークは選ぶと点滅）
日付･時刻合わせ画面になり、年表示が点滅します。

3.「シフトボタン」で年を設定して「確定ボタン」を押します。
年が設定され、月表示が点滅します。
※この操作は使用してから5周期目以降から設定できます。
周期が満たない場合や生理周期が安定していない場合は設定ができません。

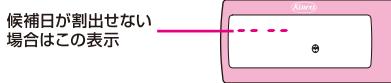
希望出産年設定

設定ができない場合はこの表示

4.「シフトボタン」で月を設定して「確定ボタン」を押します。
月が設定され、日表示が点滅します。

希望出産月設定

5.「シフトボタン」で日を設定して「確定ボタン」を押します。
日が設定されます。

希望出産日設定

6.「推奨妊娠日」とそれにともなう「予想出産日」を表示します。
※候補日1と候補日2を表示します。

候補日 1 の推奨妊娠日表示

候補日 1 の予想出産日表示

7.「シフトボタン」で「候補日1の推奨妊娠日、予想出産日」、「候補日2の推奨妊娠日、予想出産日」を順番に表示します。

候補日 2 の推奨妊娠日表示

候補日 2 の予想出産日表示

《表示説明》

※設定した日から候補日が割出せない場合は下記のように表示します。

候補日が割出せない場合はこの表示

※操作後は取消ボタンを押すか、1分間の無操作で時計表示に戻ります。

> この表示はオギノ式と基礎体温法と頸管粘液法（おりものの状態）を併用し、推定したものですから、あくまでも参考値としてのご使用をおすすめします。結果についての責任は負いかねます。

推奨妊娠日が近づいたら

推奨妊娠日が近くなったら、マークの点滅でお知らせします。

推奨妊娠日が近づいて、最も妊娠しやすい時期の ✧（ピカ）マークの点滅表示がはじまったら、☺（希望出産日）マークの点滅で推奨妊娠日が近づいたことをお知らせします。
※✧（ピカ）マークの詳細についてはP.9をご覧下さい。

点滅表示でお知らせ

次の生理予定日の表示について

1.時計表示状態で「メニューボタン」を押します。
表示窓に“操作メニュー”が表示されます。

2.(生理予定日)マークを「シフトボタン」で選んで「確定ボタン」を押します。(マークは選ぶと点滅)
生理予定日の日付が1分間点灯します。
●この表示は使用してから3周期目以降より表示します。

生理予定日

3周期目以降でも生理周期の安定しない方や無排卵の方、不測温日が多い場合は計算ができないために「- --」と表示されます。

※各操作の途中で「取消ボタン」を押すか無操作の状態が1分間続いたときは操作が無効になり時計表示に戻ります。

生理予定日が計算できない場合はこの表示

(ハート)マークで妊娠の可能性をお知らせします

低温期の後、高温期が21日以上続くと妊娠の可能性があると判断して(ハート)マークの表示でお知らせします。

(ハート)マークの表示について

- (ハート)マークは測温開始2周期目以降でないと表示されません。
- 生理周期中に体温データが不規則な場合は妊娠可能期間表示中に(ハート)マークを表示することがあります。
- (ハート)マークは生理初日の記録により新しい周期に変わると消えます。

高温期が21日以上続くとお知らせします。但し、体温の変化によっては21日以上続いても(ハート)マークが表示されない場合があります。

女性の体温は排卵後、黄体ホルモンの働きで高温になります。妊娠していなければおよそ14日前後で生理が始まりますが、妊娠している場合は高温が継続します。一般的に高温が21日以上続くと妊娠の可能性があると考えられます。
本器は高温になって21日目から(ハート)マークを点灯し、お知らせします。
妊娠13〜14週目頃から下降して平熱になりますが、それまでは高温が続きます。体温の変化により身体の状態をキャッチする目安となりますから、妊娠したとわかっていても測り続けることをおすすめします。なお、身体の調子や基礎体温グラフに異常を感じたら、速やかに医師の診断を受けることをおすすめします。

《出産予定日のお知らせ((ハート)マークが表示されたら)》

(ハート)マークが点灯した場合、時計表示の時に「ハートボタン」を押している間、出産予定日を表示します。
※出産予定日はあくまで計算上のことです。一つの目安として下さい。

出産予定日

(ハート)マーク、出産予定日について

現周期にて排卵日が確定できなかった場合は妊娠されている場合でも表示されません。
(低温、高温の温度差が少なかったり不測温がある場合、排卵日を確定することはできません。)

妊娠の可能性を早期に知ることは赤ちゃんや母体の健康管理にとても大切なことです。(ハート)マークが表示されたら初期の事故を防ぐためにも医師の診断を受けることをおすすめします。

⊞(ドクター)マークで体調トラブルを早期にお知らせします

⊞(ドクター)マーク表示

測温データとメモ記録により婦人病の恐れや妊娠の可能性等で医師の診断が必要と思われる場合、3日間⊞(ドクター)マークを表示し注意をうながします。
※⊞(ドクター)マークは測温開始2周期目より表示されます。
⊞(ドクター)マークによるからだの変化は毎日の正確な基礎体温のデータとメモ記録により、いち早く知ることができます。

以下のような場合⊞(ドクター)マークが表示されます。

- ♥(ハート)マークが表示された日から3日間。(妊娠の可能性のため)
- ♥(ハート)マーク表示後、体温が2日続けて基準体温以下になった時。(流産の恐れがあると思われるため)
- 高温期になり3日目以降に出血、生理痛、おりもののメモが記録された時。(婦人病の前兆があると思われるため)
- 出血のメモが10日以上記録された時。(婦人病の前兆があると思われるため)
- 高温期になってから7日未満で生理初日の記録が行われた時。(黄体不全による不妊症の恐れがあると思われるため)

⊞(ドクター)マークが表示され、からだに異常を感じた場合は、医師の診断を受けることをおすすめします。

リズムマークについて ダイエットやお肌の手入れに利用できます。

からだのリズムは大きく5つにわけられます。
このリズムを知ることによりダイエットやお肌の手入れに効果的な時期がわかります。
表示窓に今の体調の時期をナンバーでお知らせします。

1 生理期　2 卵胞期　3 排卵前後期　4 黄体期　5 生理前期

※この表示は測温開始2周期目より表示されます。
この表示は♥(ハート)マークが表示された場合は表示されません。妊娠の可能性があると判断された場合は1～5のどの時期にもあてはまらないためです。(その場合でも♥(ハート)マークが表示されるまでは 5 の表示が出ています。)
また、基礎体温グラフが下図のような低温期と高温期の規則的なグラフを描かない場合は 3 の表示のままの場合があります。
2 の次に 4 が表示され 3 が表示されないこともあります。
4 や 5 が表示されている時に 1 が点滅することもあります。

基礎体温グラフとからだのリズム

ダイエットを効果的に行うために

痩せやすい時期は

2 3 痩せるタイミングは生理が終わってからの約2週間ぐらいが最適となります。生理が終わると生理前から増え続けた体重も自然にもとに戻り、気分も体調も良くなり痩せるタイミングとなります。新陳代謝が活発なこの時期に、簡単な体操を行なったり、食事に注意すると効果的です。

痩せにくい時期は

1 4 5 生理前約7～10日頃から生理中は新陳代謝が活発でなくなるため、体調が不安定で、むくんだり体重が増加したりします。この時期に無理にダイエットをしてもあまり効果は望めません。こんな時期は気持ちをリラックスさせて次の痩せる時期を待ちましょう。

リズムにあった効果的な肌のお手入れを

1 生理期
生理中はニキビ･吹出物が出ることが多く、肌がくすんだり、顔がむくんだり、くまが目立ちやすくなります。こういう時期は今まで使用していた基礎化粧品を変えたりしないほうがいいでしょう。化粧水をたっぷりふくませたコットンでパックし肌を休ませましょう。

2 卵胞期
この時期の肌はしっとりとつややかで透明感があります。新陳代謝が活発になり新しい細胞がつくられます。こういう時期には、今まで使っていたものとは違う化粧品を試すのに適しています。

3 排卵前後期
この時期、排卵日の3日前後は肌が一番安定し美しい状態になります。肌のチェックをおこなったり顔剃りには良い時期です。ただし、排卵日には敏感な人もいます。また、その周期のデータによっては 2 の次に 4 が表示され 3 が表示されないこともあります。

4 黄体期
高温期から生理前のこの時期は新陳代謝が活発でないため肌が油っぽくなったりニキビや吹出物が出やすく、紫外線にも反応しやすいのでシミができやすい時期です。毛穴を詰めないためのケアと紫外線対策が必要です。

5 生理前期
黄体期と同様。さらに、便秘、イライラなど月経前症候群(PMS)の影響で肌が荒れたり過敏になり、トラブルも悪化しやすい時期です。栄養、特にビタミンB_6･マグネシウム･繊維質を多くとり、水分はひかえめにしましょう。

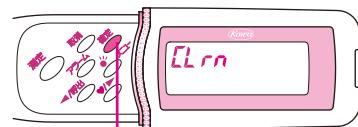
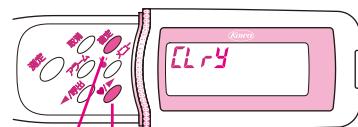
表示窓のバックライト点灯について

「ライトボタン」を押すことによって、表示窓のバックライトが30秒間点灯します。
※測温中、ハートボタンを押している間はライトボタンは反応しません。

バックライトのご使用は暗い部屋での確認時にご利用下さい。日中や明るい部屋でのご使用時にはバックライトの効果はあまり感じられません。
また、頻繁にバックライトを点灯させますと、電池が早期に消耗する原因となります。

データを全て消去し、もう一度最初から使用する場合は

現在記録している日付などの設定、体温値・メモ・生理初日等の記録データを全て消去して、最初のご使用前の状態に戻すことができます。

1. まず、最初に電池を抜いておきます。

2.「確定ボタン」を押しながら電池を入れます。
"CLrn"と表示されて"n"が点滅します。

3. データを消去したい場合は「シフトボタン」で"y"を点滅させて、「確定ボタン」を押します。
上記の操作でデータは完全に消去され、戻す事はできません。
データの消去をやめたい場合は、"n"の点滅時に「確定ボタン」を押すか、2の操作後に「取消ボタン」を押して操作をキャンセルして下さい。

「確定ボタン」を押しながら電池を入れると"CLrn"表示で"n"点滅

「シフトボタン」で"y"を点滅させ「確定ボタン」でデータは完全消去

※各操作の途中で「取消ボタン」を押すか、無操作の状態が1分間続いたときは操作が無効になり時計表示に戻ります。

データ消去後のご使用においては、日付合わせ、アラームの設定などの基本的な操作を行ってから、再度ご使用下さい。

こんな状態になったら

表示が出ない	電池が正しくセットされていますか？　電池が消耗していませんか？　P.3参照
アラームが鳴らない	アラーム時刻をセットしているか確認して下さい。　P.4参照 アラーム音量が「0」の場合。　P.3参照
測温中に「ピーピー」音が鳴る	正しく測温されていないためのエラーブザーです。　P.5参照
測温範囲外の表示について	測温中に **Lo** もしくは **Hı** の表示が出ることがあります。 （34℃未満は **Lo** 、42℃を超えた場合は**Hı**を表示します。）
1 のマークが点滅し ◉マークが点灯したら	生理初日の記録を忘れていませんか？　P.6参照
周期が自動的に変わっていたら	生理初日の自動記録が行われたためです。　P.6参照
◉マークがなかなか消えない	測温開始間もない頃はデータが少ないためです。　P.9参照
マークが表示されたら	電池が消耗しています。電池の交換をお願いします。　P.3参照

お手入れ方法

体温計プローブの先端の汚れは、水で濡らしたティッシュペーパーや洗浄綿などでふき、乾いた布で水気を取ります。
本体の汚れは、柔らかい布でからぶきして下さい。

揮発性の液（シンナー・ベンジンなど）は、使用しないで下さい。
プローブの熱湯消毒はしないで下さい。

もっと便利にお使いいただくために

手軽に楽しみながら健康管理ができる **電子基礎体温帳『マドンナライフ』のご案内**

パソコンを使ってソフィアシリーズ婦人体温計のデータを活用する基礎体温管理ソフトです。

いろいろな基礎体温グラフのデザインが選べます

ソフィアシリーズ婦人体温計の測温データをパソコンで自動でグラフ作成する電子基礎体温帳です。
体温グラフはお好みでデザインを着せ替えて楽しむことができます。もちろん婦人科などで使われている一般的な基礎体温グラフパターンもありますので、受診する場合にも役立ちます。
また毎日の出来事を簡単に生活メモマークや文章で残せる日記帳機能もあります。

※マドンナライフをお使いいただく為には、専用接続ケーブル「MU-02K」（別売り）が必要です。
使用方法など詳しくは下記URLをご覧下さい。
http://hc.kowa.co.jp/sophia/

【ソフィアシリーズ専用接続ケーブル】 MU-02K

●製品内容
・体温計接続ケーブル・PC接続ケーブル・クイックマニュアル
・品質保証書及びユーザー登録ガイド

●パソコン対応ケーブル
USBポート

●対応するパソコン/OS
USB機器の使えるWindows8.1、8、7、Vistaを推奨
（XP、2000も対応しますが、動作の保証はできません。）
上記OSが正常に動作する機種でハードディスクの空き容量200MB以上を推奨

注）この商品情報は2014年1月時点のものです。

製品仕様

管理医療機器　一般的名称：電子体温計

販売名	婦人用電子体温計BT-17
測定方式	サーミスタによる零勾配検出・ピークホールド方式と約5分間の2段階検出併用の実測式
測温範囲	34.00℃〜42.00℃
測温精度	±0.05℃（35.00℃〜38.00℃）、±0.1℃（34.00℃〜34.99℃、38.01℃〜42.00℃）
温度表示	4桁　0.01℃単位
グラフ表示	1画面10日表示（4段階グラフ）
電源電圧	DC3V（CR2032×1）
消費電力	約2mA（測温時）、約30μA（時計表示時）
電撃保護	内部電源機器　B形装着部
電池寿命	約6ヶ月（通常使用状態において）
使用温度	10〜40℃
保存温度	-20〜60℃
サイズ	幅153mm×奥行32mm×高さ15.4mm
質量	約46g（電池含む）
付属品	お試し用電池（リチウム電池CR2032 1個）

EMC適合

本製品は、EMC規格 JIS T 0601-1-2:2002に適合しています。

医療機器認証番号：221AGBZX00094000

※製品仕様・デザイン等は予告なく変更することがありますのでご了承下さい。

アフターサービスについて

この取扱説明書は品質保証書と兼用しています。所定事項の記入及び記載内容をご確認いただき、大切に保管して下さい。

●保証期間はお買い上げの日より1年間です。

品質保証書の記載内容により修理いたします。その他詳細は品質保証書をご覧下さい。

●保証期間経過後の修理

保証期間経過後の修理についてもお客様相談センターにご相談下さい。お客様のご要望により有償修理いたします。

●アフターサービスについてご不明の時

お買い上げ販売店、またはお客様相談センターにお問い合わせ下さい。

品　質　保　証　書
(WARRANTY DOCUMENT)

この品質保証書は、保証規定記載内容で無償修理を行うことをお約束するものです。
お買い上げの日から下記保証期間中に取扱説明書、その他の注意書きに従った正常な使用状態で故障した場合には、品質保証書記載内容にもとづき無償修理致しますので、商品に品質保証書をそえてご提示の上、お買い上げ販売店または当社にご依頼下さい。

品　名　　婦人用電子体温計BT-17　　保証期間　　1ヵ年

★ お名前　　★ TEL

★ ご住所　〒

★ お買い上げ店名・住所

★ お買い上げ年月日
年　　月　　日

★印欄に記入のない場合は無効となりますので必ずご確認下さい。

製造販売元 株式会社ニシトモ　〒519-0423 三重県度会郡玉城町昼田449-3

保証規定

1.保証期間内でも次のような場合には有償修理となります。
 (イ) 使用上の誤り、または改造や不当な修理による故障または損傷。
 (ロ) お買い上げ後の落下、引っ越し、輸送等による故障または損傷。
 (ハ) 火災・地震・水害・落雷・その他の天災地変ならびに公害や異常電圧その他の外部要因による故障または損傷。
 (ニ) 品質保証書のご提示がない場合。
 (ホ) 品質保証書にお買い上げ年月日、お客様名、販売店名の記入のない場合。あるいは字句を書き換えられた場合。
 (ヘ) 消耗部品。
 (ト) 故障の原因が本器以外に起因する場合。
 (チ) その他、添付文書及び取扱説明書に記載されていない使用方法による故障または損傷。
2.ご転居の場合は事前にお買い上げの販売店にご相談下さい。
3.ご贈答品等で品質保証書に記入してあるお買い上げの販売店に修理をご依頼になれない場合には、お客様相談センターに直接お問い合わせ下さい。
4.品質保証書は日本国内においてのみ有効です。
 This warranty is effective only in Japan.
5.品質保証書は再発行いたしませんので紛失しないよう大切に保管して下さい。
6.この品質保証書は品質保証書に明示した期間、条件のもとにおいて無償修理をお約束するものです。従ってこの品質保証書によってお客様の法律上の権利を制限するものではありませんので、保証期間経過後の修理等についてご不明の場合は、お買い上げの販売店または取扱説明書に記載のお客様相談センターにお問い合わせ下さい。

07062-01